

Les mouvements corporels : le rôle des muscles

Compétences

- approcher le rôle des os, des muscles et des tendons dans la production des mouvements au niveau des articulations.

Vocabulaire

muscle

Quel est le rôle des muscles dans les mouvements ?

Introduction

Poser la question à la classe, écouter les élèves répondre en débattant librement.

• Quels éléments sont nécessaires à la réalisation d'un mouvement ?

1. Document 1, exercice 1.

Sur la patte de gauche, il n'y a pas de muscle. On ne voit que les os attachés par les ligaments.

• Comment les muscles permettent-ils le mouvement ?

2. Document 2, exercice 2.

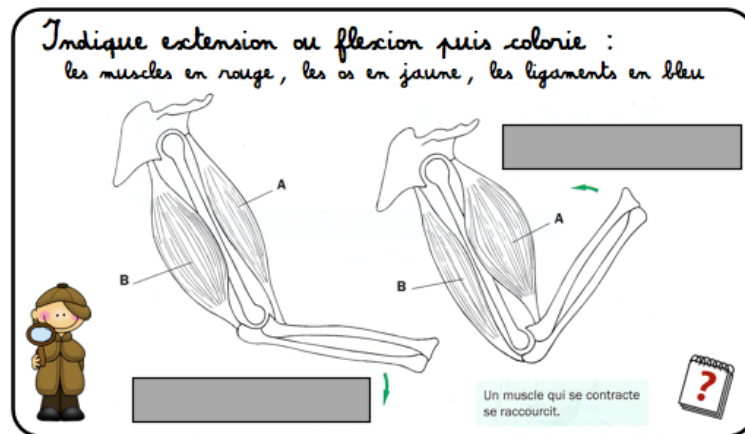
	bras tendu (en extension)	bras plié (en flexion)
longueur du biceps sur le schéma	2,8 cm	2,2 cm
longueur du triceps sur le schéma	2,6 cm	3 cm

Recherche
Fichier
p. 57 à 59

Quand le bras est tendu, le biceps est plus long que quand il est plié.
Quand le bras est tendu, le triceps est plus court que quand il est plié.

3. Documents 3, exercice 3 .

Les élèves réalisent l'exercice sur le document distribué.



Exercice

Sur un schéma d'une extension et d'une flexion, colorier muscles, os et tendons.

Trace écrite

(suite) Les mouvements corporels
Les muscles sont responsables des mouvements au niveau des articulations. Ils sont attachés aux os par les tendons. Lors d'un mouvement de flexion, un muscle se contracte et rapproche les deux os auxquels il est attaché. Lors d'un mouvement d'extension, le muscle se relâche pour éloigner les deux os auxquels il est attaché.